



Beskrivelse og vurdering av tiltaket:

”Hva er det med Monica?”

Ungsinnforfatter: Ragnhild Bjørknes

Vurdert i Ungsinnpanelet: 20.02.2012

Ungsinnforfatteren er ansvarlig for beskrivelsen av tiltaket. Beskrivelsen er basert på informasjon fra Tove Bjelland i Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning og gjennomgang av annen tilgjengelig litteratur. Ungsinnpanelet er ansvarlig for vurdering og klassifisering.

Innledning

”Hva er det med Monica?” er et helsefremmende tiltak. Kurset retter seg hovedsakelig mot lærere i både ungdomsskole og videregående opplæring, men henvender seg også til rådgivere, sosiallærere, helsesøstre, pp-tjenesten og alle faggrupper i skolen som jobber med ungdom. Tiltaket betegnes som et kompetansehevingskurs med mål om å øke kunnskapen om psykisk helse i skolen. Kurset har som målsetning å hjelpe lærere til større sikkerhet og mulighet til å handle i forhold til elever som sliter med psykiske vansker. Kurset består av to dager med forelesninger i temaer som angst, depresjon, spiseforstyrrelser og andre former for psykiske lidelser og belastninger.

Kurset er utviklet av Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning i 1999. Deretter har det vært en gradvis spredning fra år til år. Pr. dags dato har 5817 fagpersoner deltatt på kurset. Kurset er i dag ett av fire program innenfor den nasjonale satsningen på unges psykiske helse i videregående opplæring.

Distributør/implementeringsansvarlig for tiltaket i Norge

Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning
Kirkegaten 40
4006 Stavanger

Beskrivelse av tiltaket

”Hva er det med Monica?” er et kompetansehevingskurs i psykisk helse for lærere, helsesøstre, PPT-ansatte og andre yrkesgrupper som jobber mot elever. Tiltaket har som formål å øke skolepersonell sin forståelse av elever med psykiske vansker innenfor den generelle opplæringen i skolen. Videre skal dette bidra til at lærere har større sikkerhet og mulighet til handling i forhold til elever som sliter med angst, depresjon, spiseforstyrrelser og andre former for psykiske lidelser og belastninger (Thorsen, Joa og Johannessen, 2008).



Programmet tar sikte å fremme følgende faktorer for å forebygge psykisk helse blant elever i den videregående skolen:

- a) å bidra til at lærere øker sin kunnskap og forståelse for psykiske vansker hos ungdom
- b) å øke omfanget av undervisning om psykisk helse i skolen
- c) å hjelpe lærere til å identifisere og handle ovenfor elever som har en psykisk lidelse

Metoder som anvendes

Kursene drives av Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning som arrangerer kurset i samarbeid med Fylkesmannsembetet. Undervisningen blir holdt av fagfolk innen psykisk helse og arrangeres rundt i landet. De bruker delvis forelesere som reiser rundt på de ulike stedene, og delvis lokale forelesere. Skolens fagpersonale melder seg på enkeltvis, der dette innebærer at kursdeltagerne kommer fra ulike skoler, men innenfor samme fylke. Ved enkelte tilfeller har hele personalgruppen ved skoler vært samlet til opplæring.

Arbeidsformen er to dagers kurs bestående av forelesninger om psykisk helse i skolen, samt hvordan lærer kan hjelpe elever som sliter med psykiske helse. Temaer innenfor denne rammen kan variere fra kurs til kurs. Der dette bestemmes ut i fra problemområder som opptar den enkelte fylkeskommune, samt fagfolk som er tilgjengelige på det enkelte sted. Kurset kan bestå av generelle emner innen psykisk helse slik som forebygging, utredning og behandlingsmetoder. I tillegg inneholder kurset ofte eksempler på psykiske vansker, slik som depresjon, selvskadning, angst eller andre psykiske lidelser. I det siste er også temaer som mestring og mestringsopplevelser, hvordan få et godt skolemiljø, klasseledelsens betydning for elevenes psykiske helse og skolevegring (Bjelland, 2012).

Kursholder presenterer også nettstedet <http://www.psykiskhelseiskolen.no/> der deltagerne kan få informasjon om; psykisk helse i skolen, kursprogram, og presentasjoner som er brukt i forelesningene. Her finnes også to kortfilmer som lærerne kan bruke i undervisningen om psykisk helse.

Det er også utarbeidet en DVD om tidlige tegn på psykiske lidelser (Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning, 2006). Filmen er ment å være til hjelp for lærere i den videregående skolen. I tillegg kan de som har deltatt kjøpe et veiledningshefte (Thorsen, Joa & Johannessen, 2008). Dette er et en tilleggsinformasjon og benyttes ikke på kurset. DVD og veiledningsheftet kan kjøpes gjennom Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning.

Det teoretiske grunnlaget for tiltaket

Det teoretiske grunnlaget for metoden er basert på antakelsen er at kunnskap om psykisk helse virker forebyggende. Videre er kurset forankret i kunnskapen om at tidlig identifisering av elever som sliter med psykiske vansker er viktig for positiv endring hos den unge. Det er ikke eksplisitt beskrevet et teoretisk rammeverk for programmet ut over dette. Innleide foreleser bestemmer selv hvilket teoretisk perspektiv og aktuell forskning han/hun ønsker å presentere på kurset. Dette betyr at hver enkelt kursholder kan vise til



ulike forskningsresultat og teorier, men alt innenfor rammen av forebygging av psykisk helse hos barn og unge.

Erfaringer med tiltaket og evaluering i Norge

SINTEF Helsetjenesteforskning har gjennomført en evaluering av tiltaket på oppdrag fra Helsedirektoratet (Andersson, Kaspersen, Bjørngaard, Bungum, Ådnanes, og Buland, 2009; Andersson, Kaspersen, Bungum, Bjørngaard, og Buland, 2010; Kaspersen, Bungum, Andersson, Bjørngaard, Ådnanes, og Buland, 2009). Evalueringen har pågått fra høsten 2007 til mars 2010, og har målt resultater av programmet på kort og lengre sikt. Hovedundersøkelsen benytter seg av et pre-post design, uten noen form for sammenlignings- eller kontrollgruppe. I SINTEF sine rapporter (Andersson et al., 2009; Andersson et al., 2010) er det inkludert tilleggsanalyser, der flere skoleprogram er inkludert i analysene. Disse er midlertid ikke henviset til her, da «Hva er det med Monica?» isolert sett er programmet som skal vurderes.

Evalueringen av korttidsresultat består av å sammenligne spørreskjemadata ved oppstart (t0) og etter kursdeltagelse (t1). T1 ble gjennomført 6-9 måneder etter kursavslutning (Andersson et al., 2009). Langtidsresultatene ble studert ved å sammenligne spørreskjema besvart av kursdeltagere ved t0 med data hentet inn 2 år etter at de hadde deltatt på kurset (Andersson et al., 2010). I den første evalueringen deltok 141 kursdeltagere og 2 år etter deltok 97 kursdeltagere i undersøkelsen. Utvalget omfatter 44 % av de som hadde deltatt på kurset ved første målingspunkt (høsten 2007).

Resultatene på kort sikt viste at lærerne rapporterte å ha mer kunnskap om psykisk helse etter gjennomført kurs, sammenlignet med før kursdeltagelse. Den største økningen i kunnskap var i forhold til temaene forebygging og tidlig identifikasjon, samt tristhet/depresjon, selvskading og mobbing. Kurset hadde også bidratt til at deltagerne rapporterte om bedre kunnskap til å hjelpe ungdom med psykiske vansker etter endt kurs (Andersson et al., 2009, side 78 og 79).

Oppfølgingsstudien 2 år etter viste ingen forskjell i opplevd kunnskapsnivå sammenlignet med resultatene før kursdeltakelse. Unntaket er kunnskap om tristhet/depresjon og familievansker, som vurderes noe høyere 2 år etter deltagelse på kurset. Kursdeltagerne vurderte også egen kompetanse innen forebygging og tidlig identifikasjon som bedre etter 2 år, sammenlignet med før kursdeltagelse (Andersson et al., 2010, side 80). Både korttids- og langtidsevalueringen viste at fagpersoner rapporterte om økt grad av samarbeid med andre lærere etter kursdeltagelse. Kursdeltageren rapporterte imidlertid ikke økt samarbeid med det øvrige lokale hjelpe- og støttetjenestene (Andersson et al., 2009, 2010).

Andersson og kollegaer (2009) viste at kursdeltagerne i større grad gjennomførte undervisning i psykisk helse etter å ha deltatt på "Hva er det med Monica?". Dette ble videre undersøkt i 2010 ved å sammenligne to grupper elever hvorav den ene gruppen hadde lærer som har tatt kurset og den andre gruppen hadde lærer som ikke hadde tatt kurset (Andersson et al., 2010). Oppsummert viser resultatene at lærere som hadde deltatt



på kurset underviste mer om temaet psykisk helse sammenlignet med lærer som ikke hadde deltatt på kurset rapportert fra elevene. Videre viste funnene at elever i klasser med lærere som hadde tatt kurset hadde høyere gjennomsnittskåre på selvrapporterte indekser som; læring om psykisk helse, psykososialt skolemiljø og kunnskap om hvordan være venn for en som sliter, sammenlignet med de elevene som ikke hadde lærer som hadde deltatt på kurs (Andersson et al., 2010, side 88).

Alt i alt, oppsummerer SINTEF med at "Hva er det med Monica?" gir lærere økt kunnskap om psykiske plager. Dette gir dem, i følge forskerne bedre grunnlag til å undervise og gi råd til elever om psykisk helse (Andersson et al., 2010).

Det bør tas forbehold om representativitet og derav generaliserbarheten av resultatene fra denne undersøkelsen. Deltagerne i kurset er ikke trukket tilfeldig, og en kan av dette ikke utelukke at lærere som er spesielt engasjert i forebygging av psykiske plager har deltatt og videre opplevd mest utbytte av kurset. I tillegg var svarprosenten lav, der første datainnsamling omfatter kun 44 prosent av de totalt 321 kursdeltakerne.

Brukervurdering:

I sammenheng med undersøkelsen gjennomførte SINTEF i 2007 fokusgruppeintervju for å studere brukertilfredshet med deltakelse i kurset (Kaspersen et al., 2009). Ni deltagere ble intervjuet, der de representerte følgende yrkesgrupper: lærere, helsesøster, PP-rådgiver og psykiatrisk sykepleier. De ni deltagerne ga svært positive vurderinger av kurset. Det var enighet mellom yrkesgruppene at kurset gav relevant og anvendbar kunnskap for skolehverdagen (Kaspersen et al., 2009).

Spredningspolitikk og implementeringsstrategier

"Hva er det med Monica?" er utviklet av Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning i 1999. Deretter har det vært en gradvis spredning fra år til år. Pr. dagsdato har 5817 fagpersoner deltatt på kurset. Fra 2004 ble "Hva er det med Monica?" tatt med i den nasjonale satsingen Psykisk helse i skolen. Dette er et samarbeidsprosjekt mellom Helsedirektoratet, Utdanningsdirektoratet og de ulike programeiere. Opplæringsprogrammene i Psykisk helse i skolen er forankret i og finansiert gjennom Regjeringens strategiplan for barn og unges psykiske helse (2003) og Opptappingsplanen for psykisk helse (1997-1998).

Spredningsstrategien har en nasjonal forankring gjennom Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning i nært samarbeid med de enkelte fylkesmannsembetene. Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning har et nasjonalt ansvar for implementering og arrangering av kursene. Her er det ansatte som jobber med å administrere kursene, slik som å leie inn foredragsholdere, rekruttere til og arrangere kurs. Kurset tilbys alt etter hvor lenge siden man var i fylket sist. Kursinvitasjon sendes ut til fylkesmannsembetene som deretter annonserer kurset på sine nettsider. Ut over dette finnes det ingen nasjonal implementeringsstrategi.

Informasjon, aktuelle nyheter og annonsering av kurs finnes også på nett- og facebooksidene til Psykisk helse i skolen (<http://www.psykiskhelseiskolen.no/>).



Informasjonen på disse nettsidene er utviklet av Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning. Stiftelsen sender også ut nyhetsbrev til alle som har deltatt på kurs.

I forlengelsen av programmet er det utviklet en videreutdanning innenfor allmennlærerutdanningen. Dette studiet heter Psykisk helsepedagogikk og tilbys ved Universitetet i Stavanger og består av to moduler a 15 studiepoeng.

Kvalitetssikring av tiltaket

Kvalitetssikring foregår ved at Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning vurderer og godkjenner foredragsholderne før de leies inn til å forelese. Forelesere er psykiatere, psykologer, sosiologer og pedagoger. Alle er trente forelesere og spesialiser i sitt fagfelt (Bjelland, 2012). Kurset har ingen manual for hvordan og hva kurset skal inneholde. Kurs innholdet varierer fra kurs til kurs, på bakgrunn av behovet til det enkelte fylket og tilgjengelige fagfolk.

Deltakere som ønsker det får deltagerbevis som gir godkjenning for enkelte yrkesgrupper som har krav til et antall timer kursvirksomhet. Kurset har ellers ingen sertifiserings- eller godkjenningsrutiner av deltagerne.

Kostnadene for implementering av tiltaket

Kurset finansieres av Helsedirektoratet og tilbys skolen gratis. Deltakelse på kurset tar to dager pluss reisetid. Skolene må selv dekke reise- og vikarutgifter i forbindelse med deltakelse.

Ungsinnpanelets vurdering av tiltaket

”Hva er det med Monica?” er et kompetansehevingskurs som retter seg hovedsakelig mot lærere i både ungdomsskole og videregående opplæring. Kursets mål er å øke kunnskap og undervisning om psykisk helse i skolen for derigjennom å hjelpe lærere å handle i forhold til elever som sliter med psykiske vansker. Kurset består av to dager med forelesninger i temaer slik som angst, depresjon, spiseforstyrrelser og andre former for psykiske lidelser og belastninger.

Tiltaket er beskrevet på egne nettsider og gjennom eget materiell. Gjennom beskrivelsene kommer det klart frem hvem som er målgruppe for tiltaket. Målsetninger er beskrevet for læreren, men det kommer ikke tydelig frem hva som er målsetningene for elevene. Kursets faglige innhold vil variere fra gang til gang i forhold til fylke og tilgjengelige fagfolk. Det foreligger ingen manual eller sertifiseringsrutiner for kursholdere.

Programmet bygger på antagelsen om at økt kunnskap om psykisk helse for lærere fører til at elevene får mer undervisning om psykisk helse, at lærerne identifiserer flere elever som trenger hjelp og at de handler slik at disse elevene får adekvat hjelp. Det er foreløpig ikke beskrevet en teoretisk begrunnelse for disse sammenhengene.



SINTEF har, på oppdrag fra Helsedirektoratet, gjennomført evalueringen av kurset (Andersson, et al., 2009; Andersson, et al., 2010). Evalueringen undersøker kort- og langtidsresultat ved å benytte data fra spørreskjema med før og etter målinger, samt fokusgruppeintervju av kursdeltagere. Oppsummert indikerer evalueringen enkelte positive resultat, der lærere etter kurset rapporterer om økt kunnskap om psykisk helse, tidlig identifikasjon og forebygging. Lærernes faktiske kunnskap om psykisk helse etter kurset er ikke undersøkt. Det er flere svakheter ved studien, deriblant er analysene gjort på et selektert utvalg med høy frafallsprosent. Studien har heller ikke noen kontrollgruppe.

Ungsinns klassifisering

Tiltaket klassifiseres som et potensielt virksomt tiltak på evidensnivå 1.

Referanser:

Andersson, H. W., Kaspersen, S. L., Bjørngaard, J. H., Bungum, B., Ådnanes, M. & Buland, T. (2009). *Psykisk helse i skolen. Effektevaluering av opplæringsprogrammene Hva er det med Monica?, STEP – ungdom møter ungdom og Venn1.no. Delrapport A*. SINTEF rapport A10365. Tilgjengelig fra: <http://www.sintef.no/upload/Helse/Psykisk%20helse/Rapport%20A10365%20PHIS%20rapport%20A.pdf>

Andersson, H. W., Kaspersen, S. L., Bungum, B., Bjørngaard, J. H. & Buland, T. (2010). *Psykisk helse i skolen. Effektevaluering av opplæringsprogrammene Hva er det med Monica?, STEP – ungdom møter ungdom og Venn1.no*. SINTEF rapport A14919. Tilgjengelig fra: http://www.sintef.no/upload/Teknologi_samfunn/Rapport%20A14919%20Psykisk%20helse%20i%20skolen%20-%20Sluttrapport.pdf

Bjelland, T. (2012). Personlig kommunikasjon med Ungsinn. Januar 2012.

Helsedepartementet (2003). *Regjeringens strategiplan for barn og unges psykiske helse.sammen om psykisk helse*. Tilgjengelig fra: http://www.regjeringen.no/nb/dep/hod/dok/veiledninger_og_brosjyrer/2003/---sammen-om-psykisk-helse---.html?id=87979

Kaspersen, S. L., Bungum, B., Andersson, H. W., Bjørngaard, J. H., Ådnanes, M. & Buland, T. (2009). *Psykisk helse i skolen. Deskriptiv fremstilling av datamaterialet for Effektevaluering av opplæringsprogrammene Hva er det med Monica?, STEP – ungdom møter ungdom og Venn1.no. Delrapport B*. SINTEF rapport A103652.

Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning, (2006). *Hva er det med Monica? Tidlig tegn på psykisk lidelse*. DVD.



St. prp. nr. 63 (1997-1998). *Opptrappingsplanen for psykisk helse 1999-2006. Endringer i statsbudsjettet for 1998*. Sosial- og helsedepartementet. Tilgjengelig fra: http://www.regjeringen.no/nb/dep/hod/tema/psykisk_helse/stprp-nr-63-1997-1998.html?id=439521

Thorsen, B., G.-R., Joa, I. & Johannessen, K. G. (2008). *Veiledningshefte. "Hva er det med Monica?"*. Stavanger: Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning.